

INSTRUCTIONS FOR USE

Stride Duo - OA KNEE BRACE

art no 70656

Provider information

Range of motion adjustments:

SE Stride Duo levereras med standard 5° extensionsstopp. Ytterligare flexions- och extensionsstopp kan installeras om de ordinerats av din läkare eller behövs för optimal funktion eller passform. Dessa ska sättas in av den vårdgivare som avpassar din ortos. Valfria 0°, 10°, 15°, 20° och 25° extensionsstopp och valfria 45°, 60°, 75° och 90° flexionsstopp ingår med varje ortos.

VIKTIGT: Båda lederna måste ställas in lika i extention/ flexion. För 0° extensionsbegränsning måste 0° extensionsstopp användas.

FÖR ATT ÄNDRA ETT EXTENSIONSSTOPP: Skruva loss skruven på insidan, fram till, på leden. Skaka ut 5° extensionsstoppet. Sätt i ytterligare ett extensionsstopp i framsidan av leden och sätt tillbaka skruven. Upprepa för motsatt led.

FÖR ATT SÄTTA IN ETT FLEXIONSSTOPP: Sätt in ett flexionsstopp på insidan, bak till, på leden och använd den extra skruven som är fäst vid flexionsstopp för att säkra. Upprepa för motsatt led.

DK Stride Duo leveres med standard 5° ekstensionstop. Ytterligare flexion- och ekstensionstop kan installeras, hvis de er ordineret af din læge eller er nødvendige for optimal ydeevne eller tilpasning af ortosen. Disse skal monteres af den tekniker, der tilpasser din ortose. Valgfrie 0°, 10°, 15°, 20° og 25° ekstensionstop og valgfrie 45°, 60°, 75° og 90° flexionstop er inkluderet med hver ortose.

VIKTIGT: Begge hængsler skal indstilles til de samme ekstension/ flexion. For 0° ekstensionsbegrænsning skal der anvendes 0° ekstensionstop.

SÅDAN ÆNDRES ET EKSTENSIONSTOP: Skru skruen af på indersiden, frem, på hængselhæften. Ryst 5 graders ekstensionstoppet ud. Indsæt endnu et ekstensionstop foran på hængslet, og udkliff skruen. Gentag for det modsatte hængsel.

SÅDAN INDSÆTTER ET FLEKTIONSTOP: Indsæt et flexionsstop på indersiden, bag, på hængslet og brug den ekstra skruve, der er fastgjort til flexionstop til at fastgøre. Gentag for det modsatte hængsel.

NO Stride Duo kommer med en standard 5° ekstensionsstopp. Ytterligere flexion- og ekstensionstop kan installeres hvis legen din har foreskrevet det eller er nødvendig for optimal funksjon eller passform. Disse må settes inn av helsepersonell som tilpasser din ortose. Valgfrie 0°, 10°, 15°, 20° og 25° ekstensionsstopp og valgfrie 45°, 60°, 75° og 90° flexjonstopp er inkludert med hver ortose.

VIKTIG: Begge leddene må settes til samme ekstension/ flexion. For 0° ekstensionbegrensning må 0° ekstensionstopp brukes.

FOR Å ENDRE ET EKSTENSJONSTOPP: Skru løs skruen på innsiden, på framsiden av leddet. Rist ut 5° ekstensionstopp. Sett inn en annen ekstensionstopp foran på hengslet og sett inn skruen. Gjenta for motsatt hengsel.

FOR Å SETTE INN EN FLEKJONSTOPP: Sett inn en flexjonstopp bak på leddet og bruk den ekstra skruen som er festet ved flexjonstoppet for å sikre. Gjenta for motsatt hengsel.

FI Stride Duossa on vakiona 5°:n rajoittimet. Ylimääräisiä flexio- ja ekstensiorajoittimia voidaan asentaa, jos lääkärisi niin määrää tai niitä tarvitaan optimaalisen toiminnan tai istuvuuden takaamiseksi. Ortoosiiasi säättävän terveydenhuollon tarjoajan tulee asettaa oikea tuote. Valinnaiset 0°, 10°, 15°, 20° ja 25° ekstensiorajoittimet sekä valinnaiset 45°, 60°, 75° ja 90° flexiorajoittimet sisältyvät jokaiseen ortoosiin.

TÄRKEÄÄ: Molemmat lastat on asetettava tasaisesti ekstensiossa/fleksiossa. 0°:n ekstensiorajoituksessa on käytettävä 0°:n ekstensiorajoitinta.

EKSTENSIOARJOITTIMEN VAIHTAMINEN: Irrota sisäpuolella oleva ruuvi liitoskohtaan saakka. Ravista niin että 5°:n ekstensiorajoitin tulee ulos. Aseta toinen ekstensiorajoitin

nivelen etuosaan ja asenna ruuvi takaisin samaan kohtaan. Toista vastakkaiselle nivelelle.

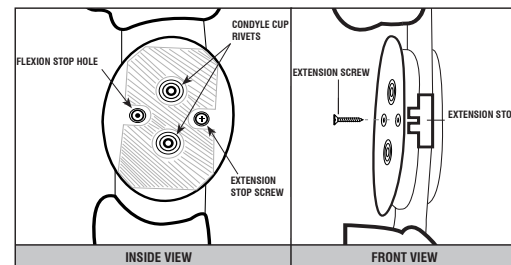
FLEKSIOARJOITTIMEN ASENTAMINEN: Aseta flexiorajoitin nivelen takaosaan ja käytä ylimääräinen ruuvi joka on kiinnitetty flexiorajoitukseen varmistaakseen sen toimintaa. Toista asetus vastakkaiselle nivelelle.

EN The Stride Duo comes with standard 5° extension stops. Additional flexion and extension stops may be installed if they are prescribed by your physician or needed for optimal performance or fit of the brace. These should be inserted by the technician who fits your brace. Optional 0°, 10°, 15°, 20°, and 25° extension stops and optional 45°, 60°, 75°, and 90° flexion stops are included with each brace.

IMPORTANT: Both hinges must be set to same extension and/or flexion settings. For 0° extension limiting, 0° extension stops must be used.

TO CHANGE AN EXTENSION STOP: Unscrew the screw on the front of the hinge cap. Shake out the 5° extension stop. Insert another extension stop into the front of the hinge and replace the screw. Repeat for the opposite hinge.

TO INSERT A FLEXION STOP: Insert a flexion stop into the back of the hinge and use the extra screw that is attached to the flexion/extension stop tree to secure. Repeat for the opposite hinge.



Wear time

SE Öka succesivt användningen av ortosen, starta med 30 minuter första dagen. För bästa effekt skall ortosen användas vid belastning, alltså när du är uppe och går och står. Artrossmärta kan ta tid att påverka och du kommer att märka en förbättring efter några veckors användning.

DK Forøg gradvis brugen af ortosen, startende med 30 minutter på den første dag. For bedst mulig effekt skal ortosen bruges ved belastning, dvs. når du er oppe, går og står. Forbedring af slidgigtssmerter kan tage tid, og du vil bemærke en forbedring efter et par ugers brug.

NO Øk suksessivt bruken av ortosen, start med 30 minutter første dagen. For beste effekt skal ortosen brukes med belastning, altså når du er oppe og går og står. Atrosesmerter tar litt tid å påvirke og det kommer til å merke en forbedring etter noen ukers bruk.

FI Lisää ortoosiin käyttöä asteittain alkaen 30 minuutista ensimmäisenä päivänä. Parhaan vaikutuksen saavuttamiseksi ortoosiin tulee käyttää kuormituksen aikaa, eli kun nousee ylös, kävelee ja seisoo. Nivelvähänsivun vaikutus voi kestää jonkin aikaa ja huomaa paranemisen muutaman viikon käytön jälkeen.

EN Successively increase the time of using the brace, start using the brace for 30 minutes the first day. To obtain best possible effect, wear the brace during activities that strain the knee, such as walking and standing. Arthritis caused pain may take a few weeks to improve.

INSTRUCTIONS FOR USE

Stride Duo - OA KNEE BRACE

art no 70656

Information

SE Endast för användning av en patient. Om det svider, skaver eller färgförändringar i huden uppstår, tag av produkten och kontakta utprovaren. Alvarliga tillbud skall rapporteras till NordiCare samt behörig myndighet.

DK Kun til brug for en enkelt patient. Hvis det svider, gnaver eller giver farveændringer i huden, fjern produktet og kontakt din behandler. Alvorlige hændelser skal rapporteres til NordiCare og den relevante myndighed.

NO Kun for bruk av en pasient. Hvis det svider, gnager eller oppstår fargeendringer på huden, ta av produktet og kontakt din tilpasser. Alvorlige hendelser ska rapporteres til NordiCare og den kompetente myndigheten.

FI Potilaskohtainen. Jos iho kirvelee tai hiertyy tai ihon väri muuttuu, riisu tuote ja ota yhteys terveydenhuollon ammattilaiseen. Vakavista tapauksista on ilmoitettava NordiCarelle ja toimivaltaiselle viranomaiselle.

EN For single patient use only. If a stinging sensation, rash or other changes in skin color occur, discontinue use and contact your doctor or other medically trained person. Serious incidents shall be reported to NordiCare and the competent authority.

Indications

SE Mild till svår medial eller lateral knäartros med ligamentinstabilitet. Funktionellt stöd för minskad medial eller lateral ledbelastning. **Kontraindikationer:** Ej avsedd för personer med vikt >110 kg.

DK Mild til svær medial eller lateral knæartrose med ligamentøs ustabilitet. Funktionel støtte til reduceret medial eller lateral ledbelastning.

Kontraindikationer: Ikke beregnet til personer med vægt >110 kg.

NO Mild til alvorlig medial eller lateral kneartrose med ligamentøs ustabilitet. Funksjonell støtte for redusert medial eller lateral leddbelastning.

Kontraindikasjoner: Ikke beregnet for personer med vekt >110 kg.

FI Lievä tai vaikea mediaalinen tai lateraalinen polven nivelrikko, johon liittyy nivelsiteiden epävakautta. Toiminnallinen tuki vähentää mediaalista tai lateraalista nivelkuormitusta. **Vasta-aiheet:** Ei sovellu henkilöille, joiden paino >110 kg.

EN Mild to severe unicompartmental knee osteoarthritis with ligament instabilities. Increased rehabilitative and functional support for diagnoses that require reduced medial or lateral joint loads. **Contraindications:** Not intended for people with weight >110 kg.

For more information please consult our product catalogue or visit www.nordicare.se. For further questions, contact your doctor, health practitioner or medical equivalent - or NordiCare: +46 42-35 22 20, info@nordicare.se.



Care and maintenance

SE Saltvatten och sand, smuts och andra partiklar kan skada produkten. Skölj ortosen och låt lufttorka. Polstringen kan tas bort och handtvättas vid behov, skölj och låt lufttorka. Smörj leden med silikon vid behov. Kontrollera att karborrbanden är fria från smuts och att inte vidhäftningsförmågan försämrats.

DK Saltvand, sand, snavs og andre partikler kan beskadige produktet. Skyl ortosen og lad lufttørre. Polstring og urenheder kan fjernes ved håndvask hvis nødvendigt, skal lufttørres. Smør om nødvendigt hængslerne med silikone. Sørg for at velkrostopperne er frie for snavs så vedhæftnings evnen ikke forringes.

NO Saltvann og sand, smuss og andre partikler kan skade produktet. Skyll ortosen og la den lufttørke. Polstringen kan tas av og håndvaskes ved behov, skyll og lufttørk. Smør skinnen med silikon ved behov. Kontroller at borrelåsen er fri for smuss og at borrelåsen virker som den skal.

FI Suolavesi ja hiekka, lika ja muut hiukkaset voivat vahingoittaa tuotetta. Huuhtelee ortoosi ja anna kuivua ilmassa. Pehmuste voidaan poistaa ja tarvittaessa pestä käsin, huuhdella ja antaa kuivua. Voitele nivel tarvittaessa silikonilla. Tarkista, että tarranauhat eivät ole likaisia ja että tarttuvuus ei ole heikentynyt.

EN Salt water, sand, dirt and other elements can cause damage. Thoroughly rinse brace and air dry. Liners should be removed and hand washed as needed using cold water and mild detergent, rinse thoroughly and air dry. Lubricate hinges with dry silicone spray as needed. Periodically check the condition of the Velcro to ensure they are free from grease and damage.



Material

SE Skena i aluminium, knäkudde i neopren. Fodrad med mocka liknande material i polyester. Silikon på insidan för antiflid.

DK Skinne i aluminium, knæpude i neopren. Foret med et ruskindslignende materiale i polyester. Skridsikker silikon indvendigt.

NO Skinne i aluminium, knepute i neopren. Føret med imitert semsket skinn i polyester. Silikon på innsiden for antifli.

FI Lasta alumiinia, polvytynny neopreenia. Vuori morkkaa muistuttavaa polyesteriä. Sisäpinnalla silikonilla liukumisen ehkäisemiseksi.

EN Aluminum bar, neoprene knee bag. Lined with suede-like material of polyester. The silicone on the inside for anti-slip.



Stride Duo

art no 70656

OA KNEE BRACE

Stride Duo - OA KNEE BRACE

SE Stride Duo har dubbla skenor för ökad stabilitet till knät. Används för smärtlindring samt för att underlätta och förbättra funktion vid knäledsartros.

DK Stride Duo har dobbelte skinner for øget stabilitet til knæet. Anvendes til smertelindring og til at lette og forbedre funktionen ved knæartrose.

NO Stride Duo har doble skinner for økt stabilitet til kneet. Brukes til smertelindring og for å lette og forbedre funksjon ved kneartrose.

FI Stride Duossa on kaksinkertaiset lastat, jotka lisäävät polven vakautta. Käytetään kivunlievitykseen sekä polven nivelrikon toiminnan helpottamiseen ja parantamiseen.

EN Stride Duo has double uprights for increased knee stability. Used for pain relief and to facilitate and improve knee function in case of osteoarthritis.



2023-08-25 GM-1143-000

Application

SE 1. Lossa alla fyra bakre remmarna och fäst ändarna tillbaka på sig själva igen. I sittande läge med benet lätt böjt, placera ortosen på benet så att mitten av leden är i linje med toppen av knäskålen (1 & 2). Ledcentrum markeras av grå extensionsstopp.

2. Fäst remmarna i den ordning som anges på remmens ändrar. Håll ortosen vid leden för att förhindra rörelse medan du drar åt remmarna.

• **Rem 1:** Fäst den övre vadremmen och placera den ovanför vadmuskeln; strax under vecket bakom knät (3).

• **Rem 2:** Fäst den nedre vadremmen.

• **Rem 3:** Fäst den nedre låremmen.

• **Rem 4:** Fäst den övre låremmen ordentligt men inte för hårt. För hård åtdragning kan begränsa cirkulationen och/eller göra att ortosen glider ned.

• **Rem 5:** Fäst den främre remmen (5) och dra åt ordentligt (4).

OBS: Från sidan ska leden sitta något posterior (bakom) om mittlinjen av knät. Justering av remmarna 1, 3 och 5 kommer att korrigera denna placering.

3. När du placerar ortosen, bör den först justeras till neutral. Detta uppnås genom att ställa in vinkeln så att manschetter och led vilar på benet utan att det glipar eller trycker. Använd insexsnickeln för att justera Q-vinkeln på båda sidor av ortosen tills de är i linje med patientens ben. Om patientens ben har en varus- eller valgusdeformitet, ska ortosen vinklas i samma grad. Det ska inte finnas något tryck på någon sida av knät. För patienter med svår deformitet av knät kan detta steg behöva slutföras innan du drar åt alla remmar. Stå upp och ta några steg. Ortosen kommer att flytta sig något för att linjera med knäskålen. Om justering behövs, håll i ortosen för att förhindra rotation medan remmarna flyttas. Om ortosen glider ned under knäleden, applicera ortosen igen.

OA-KORRIGERING: Initial applicering och justering bör göras av din läkare eller vårdgivare. Justering efter initial applicering är sällan nödvändig.

Tillämpa korrigerig för medial OA:

• Använd insexsnickeln och vrid Q-vinkeln på insidan av knät 1/4 varv (90°) **MEDURS** för att öppna ortosen bort från benet (6a).

• Vrid Q-vinkeln på utsidan av knät 1/4 varv **MOTURS** för att tillämpa korrigerig mot knät (6b).

Tillämpa korrigerig för lateral OA:

• Använd insexsnickeln och vrid Q-vinkeln på utsidan av knät 1/4 varv (90°) **MEDURS** för att öppna ortosen bort från benet (7a).

• Vrid Q-vinkeln på insidan av knät 1/4 varv **MOTURS** för att tillämpa korrigerig mot knät (7b).

Ytterligare justeringar av medial/lateral OA:

• Låt patienten gå runt lite. De ska känna ett lätt tryck på utsidan/insidan av knät. Om de inte känner ett lätt tryck, korrigera lite mer genom att vrida Q-vinkeln på utsidan/insidan ytterligare ett 1/8 varv (45°). Om de känner ett obehagligt tryck, minska med Q-vinkeln på insidan med 1/8 varv. Överkorrigera inte. Gör inte korrigerig när patienten står upp.

ATC ADJUSTMENTS:

OBS: Korrigerig av Q-vinkel kan orsaka att en eller flera remmar på den aktiva lårmanchetten slackas eller spänns. Om det finns en ojämnhet i ATC, dra åt remmen ett steg. Om det är mer spänning i det ena bandet i förhållande till det andra, lossa bandet ett steg. Trimma änden av ATC så att den inte sticker ut utanför ortosen. Stride Duo ortos med ATC kan justeras ytterligare om skenorna inte är linjerade längs låret eller om det finns glapp mellan mjukvävnaden och ATC-remmarna. ATC-justering bör göras av din vårdgivare. Ta bort skruvarna för varje rem. Justera efter behov för att passa mot låret med sidoskenorna linjerat medialt och lateralt eller något posterior. Skruva i skruvarna igen. Trimma efter behov.

ATC-MODELLER: Om så önskas, installera ATC-pivotklämman där ATC-komponenterna korsar, som visas (8). Pivotklämman låter ATC:n svänga i mitten under användning och kan användas om remmarna rör sig för mycket eller flyttas från önskad plats på benet. Stride Duo levereras med två typer av ATC-remmar – en är mer flexibel, en är styvare. Använd den typ som rekommenderas dig.

DK 1. Løsn alle fire stropper på bagsiden og fastgør remmene på sig selv igen. I siddende stilling med benet let bøjet, plasser ortosen på benet slik at midten av leddet er på linje med toppen av knæskålen (1 & 2). Hængselmidten er markeret med den grå ekstentionstop.

2. Fastgør stropperne i den rækkefølge, der er angivet på båndenderne. Hold fast i ortosen ved hængslet for at forhindre bevægelse, mens du spænder stropperne.

• **Strop 1:** Fastgør den øverste lægrem og placer den over lægsmusklen; lige under folden bag knæet (3).

• **Strop 2:** Fastgør den nederste lægrem.

• **Strop 3:** Fastgør den nederste lårrem.

• **Strop 4:** Spænd den øverste lårrem godt fast, men ikke for stramt. Overstramning kan begrænse cirkulationen og/eller resultere i at skinnen/ortosen glider ned.

• **Strop 5:** Fastgør den forreste rem (5) og stram forsvarligt (4).

BEMÆRK: Fra siden skal hængslerne sidde lidt posterior (bagtil) i forhold til knæets midterlinje. Justering af placering, gøres ved at justere stropperne 1, 3 og 5.

3. Når ortosen placeres, skal den først indstilles til neutral. Dette opnås ved at justere vinklen, så manchetter og hængsler hviler på benet uden at gabe eller trykke. Brug unbrakonøglen til at justere Q-vinklen på begge sider af bøjlen, indtil de er på linje med patientens ben. Hvis patientens ben har en varus- eller valgusdeformitet, skal støtten vinkles i samme grad. Der bør ikke være pres på begge sider af knæet. For patienter med svær deformitet af knæet skal dette trin muligvis udføres, før alle stropper spændes. Stå op og tag et par skridt. Ortosen vil flytte sig lidt for at tilpasse sig med midten af knæskålen. Hvis justering er nødvendig, skal du på holde ortosen for at forhindre rotation, mens stropperne justeres. Hvis ortosen glider ned under knæets centrum, skal ortosen monteres på ny.

OA-KORREKTION: Indledende påføring og justering bør foretages af sundhedspersonale. Justering efter indledende tilpasning er sjældent nødvendig.

Anvend korrektion for medial OA:

• Brug unbrakonøglen til at dreje Q-vinklen på indersiden af knæet 1/4 omgang (90°) **MED URET** for at åbne ortosen væk fra benet (6a).

• Drej Q-vinklen på ydersiden af knæet 1/4 omgang **MOD URET** for korrektion mod knæet (6b).

Anvend korrektion for lateral OA:

• Brug unbrakonøglen til at dreje Q-vinklen på ydersiden af knæet 1/4 omgang (90°) **MED URET** for at åbne ortosen væk fra benet (7a).

• Drej Q-vinklen på indersiden af knæet 1/4 omgang **MOD URET** for korrektion mod knæet (7b).

Yderligere mediale/laterale OA-justeringer:

• Lad patienten gå lidt rundt. De skal mærke et let tryk på ydersiden/indersiden af knæet. Hvis der ikke mærkes et let tryk, så korriger lidt mere ved at dreje udvendig/indvendig Q-vinkel yderligere 1/8 omgang (45°). Hvis der mærkes et ubehagligt tryk, skal du reducere Q-vinklen på indersiden med 1/8 omgang. Overkorrigere ikke. Korriger ikke, når patienten står.

ATC ADJUSTMENTS:

BEMÆRK: Anvendelse af korrektion på Q-vinklen kan forårsage, at en eller flere stropper på den aktive lårmanchet løses eller spændes. Hvis der er en rynke i ATC'en, stram den strop et hak. Hvis der er mere spænding i den ene rem i forhold til den anden, skal du løsne den et hak. Trim enden af ATC'en, så den ikke sticker ud uden for ortosen. Stride Duo ortosen med ATC, kan justeres yderligere, hvis ortosen ikke er placeret langs midterlinjen af låret, eller hvis der er et gab mellem det bløde materiale og ATC-remmene. ATC-justering bør udføres af din sundhedspersonale. Fjern skruerne for hver rem. Juster efter behov, så de flugter mod låret med sideskinne midt-medialt og midt-lateral eller lidt posterior. Skru skruerne i igen. Trim efter behov.

ATC-MODELLER: Hvis det ønskes, skal du installere ATC-pivotklemmen, hvor ATC-komponenterne krydser (8). Pivotklemmen gør det muligt for ATC at dreje i midten under brug og kan bruges hvis remmene bevæger sig for meget eller flytter sig fra deres rette plads på benet. Stride Duo kommer med to typer ATC-stropper - den ene er mere fleksibel, den anden er mere stiv. Brug den type, der anbefales af din behandler.

NO 1. Løse alle fire bakre stroppene og brett endene tilbake på seg selv igjen. I sittende stilling med benet lett bøyd, plasser ortosen på benet slik at midten av leddet er på linje med toppen av kneskålen (1 & 2). Senter av leddet er markert med grå ekstensjonstopp.

2. Fest stroppene i den rekkefølgen som er angitt på stroppens ende. Hold ortosen ved leddet for å forhindre bevegelse mens du strammer stroppene.

• **Stropp 1:** Fest den øvre leggstroppen og plasser den over leggmuskelen; like under folden bak knæet (3).

• **Stropp 2:** Fest den nedre leggstroppen.

• **Stropp 3:** Fest den nedre lårstroppen.

• **Stropp 4:** Fest den øvre lårstroppen godt, men ikke for stramt. Overstramning kan begrense sirkulasjonen og/eller føre til at ortosen gli ned.

• **Stropp 5:** Fest den fremre stroppen (5) og stram godt (4).

OBS: Fra siden skal leddet sitte litt posterior (bak) til midtlinjen av kneet. Justering av stroppene 1, 3 og 5 vil påvirke denne plasseringen.

3. Ved plassering av ortosen bør den først justeres til nøytral. Dette oppnås ved å stille inn vinkelen slik at mansjetter og ledd hviler på benet uten å skl eller presse. Bruk umbrakonøkkelen til å justere Q-vinkelen på begge sider av ortosen til de er på linje med pasientens ben. Hvis pasientens ben har en varus- eller valgusdeformitet, bør støtten vinkles i samme grad. Det skal ikke være press på noen av sidene av kneet. For pasienter med alvorlig deformitet av kneet, kan det være at dette trinnet må fullføres før alle stroppene strammes. Stå opp og ta noen skritt. Ortosen vil flytte seg litt for å linjeres med kneskålen. Hvis justering er nødvendig, hold ortosen for å forhindre rotasjon mens stroppene flyttes. Hvis ortosen gli ned under kneleddet, påfør ortosen på nytt.

OA-KORREKSJON: Første påføring og justering bør gjøres av lege eller helsepersonell. Justering etter innledende tilpasning er sjelden nødvendig.

Korreksjon for medial OA:

• Bruk umbrakonøkkelen og vri Q-vinkelen på innsiden av kneet 1/4 omdreining (90°) **MED KLOKKA** for å åpne ortosen vekk fra benet (6a).

• Vri Q-vinkelen på utsiden av kneet 1/4 omdreining **MOT KLOKKA** for å påføre korrigerig mot kneet (6b).

Korreksjon for lateral OA:

• Bruk umbrakonøkkelen og drei Q-vinkelen på utsiden av kneet 1/4 omdreining (90°) **MED KLOKKA** for å åpne ortosen vekk fra benet (7a).

• Vri Q-vinkelen på innsiden av kneet 1/4 omdreining **MOT KLOKKA** for å påføre korrigerig mot kneet (7b).

Ytterligere mediale/laterale OA-justeringer:

• La pasienten gå litt rundt. De skal kjenne et lett tryk på utsiden/innsiden av kneet. Hvis de ikke føler et lett trykk, korriger litt mer ved å vri Q-vinkelen på utsiden/innsiden ytterligere 1/8 omdreining (45°). Hvis de føler et ubehagelig trykk, reduser Q-vinkelen på innsiden med 1/8 omdreining. Ikke overkorrigere. Ikke korriger når pasienten står.

ATC ADJUSTMENTS:

OBS: Korrigerig av Q-vinkelen kan føre til at en eller flere stropper på den aktive lårmanjetten slakkes eller spennes. Hvis ATC er ujevn, stram stroppen ett hakk. Hvis det er mer spenning i den ene stroppen i forhold til den andre, løsne stroppen ett hakk. Trim enden av ATC-en slik at den ikke sticker ut utenfor ortosen. Stride Duo ortose med ATC kan justeres ytterligere hvis skinnene ikke er i linje med låret eller hvis det er mellomrom mellom bløtvevet og ATC-stroppene. ATC-justering bør gjøres av helsepersonell. Fjern skruene for hver strop. Juster etter behov for å passe mot låret med sideskinnene linjert medialt og lateralt eller litt posterior. Skru inn skruene igjen. Trim etter behov.

ATC-MODELLER: Hvis ønskelig, installer ATC-pivotklemmen der ATC-komponentene krysser hverandre (8). Pivotklemmen lar ATC-en svinge i midten under bruk og kan brukes hvis kryssstroppene beveger seg for mye eller flytter seg fra ønsket plassering. Stride Duo kommer med to typer ATC-stropper - en er mer fleksibel, en er stivere. Bruk typen som anbefalt for deg.

FI 1. Löysää kaikki neljä takahihnaa ja kiinnitä päät takaisin toisiinsa. Istuvassa asennossa jalka hieman koukussa, aseta ortoosi jalan päälle niin, että nivelen keskikohta on linjassa polvilumpon yläosan kanssa (1 & 2). Nivelkeskukset on merkitty harmailla ekstensiorajoittimilla.

2. Kiinnitä hihnat hinnan päissä ilmoitetussa järjestyksessä. Pidä ortoosia nivelestä estääksesi liikkumisen hinnan kiristyksen aikana.

• **Hihna 1:** Kiinnitä ylempi pohjihinna ja aseta se pohkeen lihaksen yläpuolelle; juuri polvitaiteen alapuolella (3).

• **Hihna 2:** Kiinnitä alempi pohjihinna.

• **Hihna 3:** Kiinnitä alareiden hihna.

• **Hihna 4:** Kiinnitä yläreiden hihna tiukasti, mutta ei liian tiukasti. Ei liian tiukka muuten se rajoittaa verenkiertoa ja/tai aiheuttaa ortoosin valumista.

• **Hihna 5:** Kiinnitä etuhihna (5) ja kiristä tiukasti (4).

HUOMAA: Sivulta katsottuna nivelen tulee istua hieman polven keskiviivan takana (takana). Hihnojen 1, 3 ja 5 säätäminen korjaa tämän asennon.

3. Kun ortoosi asennetaan, se tulee ensin säätää neutraali asentoon. Tämä saavutetaan asettamalla kulma niin, että hihansuut ja nivelet lepäävät jalassa ilman valumista tai työntämistä. Käytä kuusioavainta säätääksesi Q-kulmaa ortoosin molemmilla puolilla, kunnes ne ovat kohdakkain potilaan jalan kanssa. Jos potilaan jalkassa on varus- tai valgusdeformiteettiä, ortoosi tulee olla samassa kulmassa. Polven kummallakkaan puolella ei saa olla painetta. Potilaille, joilla on vakava polven epämuodostuma, tämä vaihe on ehkä suoritettava ennen kaikkien hihnojen kiristämistä. Nouse seisomaan ja ota muutama askel. Ortoosi liikkuu hieman polvilumponiota myötäillen. Jos säätöä tarvitaan, pidä kiinni ortoosista, jotta se ei pyöri, kun hihnat liikkuvat. Jos ortoosi valu polvinivelelle, kiinnitä ortoosi uudelleen.

OA-KORJAUS: Lääkärin tai terveydenhuollon tarjoajan tulee tehdä ensimmäinen käyttö ja säätö. Säätäminen ensimmäisen asennuksen jälkeen on harvoin tarpeen.

Käytä korjausta mediaaliseen OA:hen:

• Kierrä polven sisäpuolella olevaa Q-kulmaa kuusiokoloavaimella 1/4 kierrosta (90°) **MYÖTÄPÄIVÄÄN**, avataksesi ortoosin, poistaaksesi sen jalasta (6a).

• Kierrä polven ulkopuolella olevaa Q-kulmaa 1/4 kierrosta **VASTAPÄIVÄÄN** tehdäksesi korjauksen polveen (6b).

Käytä sivuttaisen OA:n korjausta:

• Kierrä polven ulkosivulla olevaa Q-kulmaa kuusiokoloavaimella 1/4 kierrosta (90°) **MYÖTÄPÄIVÄÄN** avataksesi ortoosin, poistaaksesi sen jalasta (7a).

• Kierrä polven sisäpuolella olevaa Q-kulmaa 1/4 kierrosta **VASTAPÄIVÄÄN** tehdäksesi korjauksen polveen (7b).

Mediaalisen/lateraalisen OA:n lisäsäädöt:

• Anna potilaan kävellä hieman. Potilaan tulisi tuntee kevyttä painetta polven ulko-/sisäpuolella. Jos potilas ei tunne kevyttä painetta, korjaa hieman lisää käänntämällä ulko-/sisäkulmaa Q vielä 1/8 kierrosta (45°). Jos potilas tuntee epämiellyttävän paineen, pienennä Q-kulmaa sisäpuolella 1/8 kierrosta. Älä korjaa liikaa. Älä korjaa, kun potilas seisoo.

ATC SÄÄDÖT:

HUOMAA: Q-kulman korjaaminen voi saada yhden tai useamman aktiivisen reisimansetin hinnan löystymään tai kiristymään. Jos ATC:ssä on epätasaisuutta, kiristä hihnaa yksi askel. Jos yhdessä nauhasa on enemmän jännitystä toiseen verrattuna, löysää nauhaa yksi askel. Leikkaa ATC:n pää niin, ettei se ulotu ortoosin ulkopuolelle. Stride Duo-ortoosia ATC:llä voidaan säätää lisää, jos lastat eivät ole kohdakkain reittä pitkin tai jos pehmytkudoksen ja ATC-kihnojen välillä on välijää tai löysää. ATC-säädön tulee tehdä terveydenhuollon koulutettu henkilö. Irota jokaisen hinnan ruuvit. Säädä tarvittaessa niin, että se sopii reisiä vasten siten, että sivulastat on kohdistettu keski- ja sivusuunnassa tai hieman takaosaan. Kierrä ruuvit uudelleen kiinni Leikkaa tarpeen mukaan.

ATC-MALLIT: Halutessasi asenna ATC-nivelkiristin ATC-osien ristiin, kuten kuvassa (8). Kääntyvä pidike mahdollistaa ATC:n kääntymisen keskellä käytön aikana ja sitä voidaan käyttää, jos hihnat liikkuvat liikaa tai siirretään halutusta paikasta jalassa. Stride Duo mukana tulee kahden tyyppisiä ATC-kihnoja – toinen on joustavampi, toinen jäykempi. Käytä sinulle suositeltua hihnaa.

EN 1. Unfasten all four posterior (behind leg) straps and fold strap ends back onto themselves. In a seated position with leg slightly bent, place brace on leg so that center of hinge is lined up with top of knee cap (1 & 2). Hinge center is marked by the gray extension stop.

2. Attach straps in sequence indicated on strap ends. Hold brace at hinge to prevent movement while tightening straps.

• **Strap 1:** Fasten upper calf strap and position above calf muscle; just below the crease behind the knee (3).

• **Strap 2:** Fasten lower calf strap.

• **Strap 3:** Fasten lower thigh strap.

• **Strap 4:** Fasten upper thigh strap securely but not too tightly. Overtightening may restrict circulation and/or result in downward migration of brace.

• **Strap 5:** Fasten front strap (5) and tighten securely (4).

NOTE: From side view, hinges should sit slightly posterior (behind) to midline of knee. Adjustment of straps 1, 3, and 5 will influence this alignment.

3. When positioning the Stride Duo off-the-shelf brace, it should first be adjusted to neutral. This is achieved by setting the brace angle so the cuffs and hinge rest on leg without gapping or pressure. Using the correction key, adjust Q-hinges on both sides of the brace until they are aligned with the patient's leg. If the patient's leg has a varus or valgus deformity, the brace should be angled at the same degree. There should be no pressure on either side of the knee. For patients with severe deformity of the knee, this step may need to be completed before tightening all straps. Stand up and take a few steps. Brace will settle slightly to align with center of kneecap. If adjustment is needed, hold brace to prevent rotation while straps are repositioned. If the brace drops below knee center, reapply the brace.

OA CORRECTION: Initial application and adjustment should be done by your healthcare practitioner or orthotic professional. Re-adjustment by the patient after initial fitting is rarely necessary.

Apply correction for medial OA:

• Use the correction key and turn the Q-hinge on the inside of the knee 1/4 turn (90°) **CLOCKWISE** to open the orthosis away from the leg (6a).

• Turn the Q-hinge on the outside of the knee 1/4 turn **COUNTERCLOCKWISE** to apply correction to the knee (6b).

Apply correction for lateral OA:

• Use the correction key and turn the Q-hinge on the outside of the knee 1/4 turn (90°) **CLOCKWISE** to open the orthosis away from the leg (7a).

• Turn the Q-hinge on the inside of the knee 1/4 turn **COUNTERCLOCKWISE** to apply correction to the knee (7b).

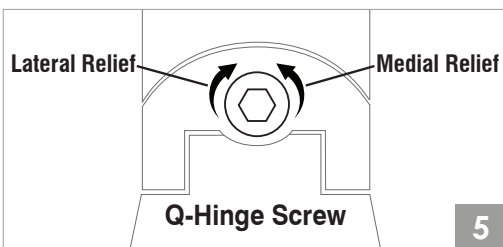
Additional adjustments of medial/lateral OA:

• Let the patient walk around a little. They should feel a slight pressure on the outside/inside of the knee. If they do not feel a light pressure, correct a little more by turning the Q-hinge on the outside/inside another 1/8 turn (45°). If they feel an uncomfortable pressure, reduce the Q-hinge on the inside by 1/8 turn. Do not overcorrect. Do not make corrections when the patient stands up.

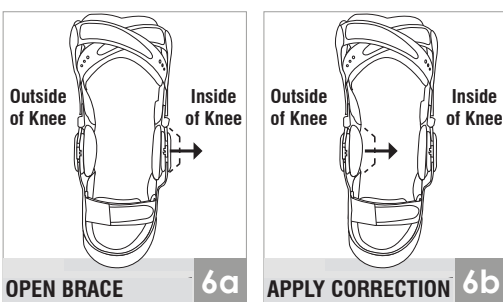
ATC ADJUSTMENTS:

NOTE: Applying correction to the Q-hinges may cause buckling or straining to one or more straps of the active thigh cuff. If there is a wrinkle in the ATC, tighten that strap one notch. If there is more tension in one strap relative to the other, loosen that strap one notch. Trim the end of the ATC so that it does not stick out outside the brace frame. Stride Duo braces with the ATC may be adjusted further if the uprights are not positioned along the midline of the thigh or if there is gapping between the soft tissue and the ATC straps. ATC adjustment should be done by your healthcare professional or brace technician. Remove the screws for each strap. Adjust as needed to fit flush against the thigh with the side flanges sitting mid-medial and mid-lateral or slightly posterior. Replace screws. Trim as needed.

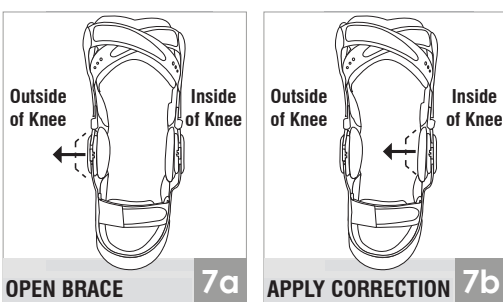
ATC MODELS: If desired, install ATC pivot clip where the ATC components cross (8). The pivot clip allows the ATC to pivot in the center during use and is there as an option if the crossing straps are moving too much or shift out of their proper place on the leg. Stride Duo comes with two types of ATC straps – one is more flexible, one is more rigid. Use the type recommended for you.



APPLY CORRECTION FOR MEDIAL OA



APPLY CORRECTION FOR LATERAL OA



ATC PIVOT CLIP

